

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. LATAR BELAKANG**

Olahraga bola basket tahun 2015 ini menunjukkan peningkatan yang sangat pesat, yaitu dengan banyaknya perkumpulan dan pertandingan serta banyaknya jumlah penonton dalam suatu pertandingan baik orang tua maupun muda. Berdasarkan laporan yang dirilis NBL Indonesia, untuk tahun ini NBL menyedot total 151.369 penonton, atau tumbuh sekitar 50 persen dari musim sebelumnya. Data itu disampaikan pengelola liga, PT Deteksi Basket Lintas (DBL) Indonesia, setelah berakhirnya babak *Championship Series* di Jogjakarta. Pada musim perdana NBL Indonesia 2011-2012, total penonton tercatat 103.414 orang, hal ini memberikan gambaran bahwa permainan bola basket sangat populer dan digemari oleh masyarakat banyak. Bola basket adalah salah satu cabang olahraga beregu di tanah air yang mengalami perkembangan yang cukup pesat, hal ini disebabkan, jenis olahraga ini bukan hanya sebagai olahraga prestasi tetapi juga sebagai olahraga pendidikan ataupun sebagai olahraga rekreasi. Cabang olahraga bola basket mempunyai perkembangan yang cukup pesat, apalagi dengan semakin gencarnya tayangan pertandingan-pertandingan menarik dari Liga Bola Basket Nasional (NBL Indonesia) oleh televisi dan ditambah beberapa iklan promosi yang dilatar belakangi oleh pemain ini sehingga timbul kesan bahwa tiada hari tanpa bermain bola basket.

Pada periode 2010 sampai 2012 UKM Bola Basket UMS berhasil meraih juara dalam beberapa turnamen antar universitas yang diadakan di Surakarta, seperti IPR (Invitasi Piala Rektor) UMS pada tahun 2010 tim putra juara 1 dan tim putri juara 3, IPR pada tahun 2011 tim putra mendapatkan juara 1 dan tim putri gagal mendapatkan juara, dan IPR pada tahun 2012 pun tim putra berhasil meraih juara pertama dan tim putri mendapatkan juara ke 2, pada tahun 2013 tim putra mendapatkan juara pertama tetapi kejuaraan putri tidak dilaksanakan karena minimnya peserta. Namun dalam turnamen di luar kota Surakarta UBB UMS hanya menurunkan tim putranya sedangkan untuk tim putri tidak mengikuti kejuaraan, seperti pada tahun 2010 dalam turnamen LIBAMA (liga basket mahasiswa). Kemudian pada tahun 2011 pada turnamen *LA Campus League*, walaupun menjadi juara ke 3 buat tim putra dan tim putri yang gagal mendapatkan juara, dan pada tahun 2012 tim putri mendapatkan juara 3 dan tim putra gagal mendapatkan juara. Setiap akan bertanding tim UMS sudah melakukan latihan keras dengan melakukan TC (*training center*) selama 1-2 bulan sebelum pertandingan. Namun hasil yang diberikan belum bisa membawa tim UMS untuk menjadi juara pertama disetiap pertandingan terutama pada tim putri yang sering gagal untuk mendapatkan juara, hal ini yang menyebabkan peneliti untuk mengadakan penelitian mengapa tim basket UBB UMS belum bisa meraih prestasi disetiap pertandingan. Karena dengan persiapan yang cukup lama dan latihan yang sering dilakukan seharusnya bisa mendapatkan juara.

Hal ini juga didukung oleh hasil observasi awal yang dilakukan pada tanggal 15 November 2014 di gor UMS, bahwa sebagian pemain bola basket

kurang menunjukkan adanya motivasi yang tinggi. Hal tersebut terlihat dalam sesi latihan pada hari Selasa dan Kamis di Gor UMS pukul 4 sore sampai selesai. Seperti dalam beberapa latihan beberapa pemain tampak tidak hadir, kurang bertanggung jawab dalam latihan seperti kehadiran yang tidak tepat waktu, kurang bisa menerima masukan dalam program latihan, kurang bisa mengambil resiko dalam proses latihan, kurang adanya semangat untuk mengambil suatu tantangan jika diberikan strategi dalam latihan dan ragu-ragu untuk mencoba pola strategi baru yang diberikan oleh pelatih. Tidak hanya hal tersebut terlihat saat pemberian pelatihan yang membedakan antara wanita dan pria.

Dalam hal ini banyak kemungkinan yang menyebabkan tim UMS kurang maksimal dalam bertanding dan kurang bisa untuk memotivasi dirinya saat sebelum bertanding dan sesudahnya, karena bila mengalami ketidak seimbangan akan merusak suatu system dalam pertandingan dan juga skema strategi yang diberikan pelatih, sama halnya olahraga lain bola basket membutuhkan kerjasama dalam tim dan dalam mencapai suatu kemenangan membutuhkan program latihan, kerja keras dan motivasi dalam diri individu serta dengan dorongan program latihan yang baik dan sesuai apa yang diberikan oleh pelatih, dilihat dari segi motivasi menurut (Chaplin, 2002) motivasi berprestasi adalah kecenderungan seseorang untuk mencapai kesuksesan atau memperoleh apa yang menjadi tujuan akhir yang dikehendaki, keterlibatan diri individu terhadap suatu tugas, harapan untuk menjadi berhasil dalam suatu tugas yang diberikan, serta dorongan untuk mengatasi rintangan-rintangan untuk melakukan pekerjaan-pekerjaan sulit secara cepat dan tepat.

Alderman Gunarsa (2008) menyebutkan bahwa dalam bidang olahraga, tidak ada atlet yang dapat menang atau menunjukkan prestasi optimal tanpa motivasi. Motivasi berprestasi adalah dorongan untuk meraih sukses dengan mengarahkan dan memilih tingkah laku yang terkendali sesuai kondisi, dan kecenderungan mempertahankannya sampai tujuan tercapai (Kamflesh dalam Gunarsa, 2008).

Munculnya motivasi berprestasi yang tinggi, atlet akan menjalankan program latihan yang diberikan dengan sungguh-sungguh dan disiplin tinggi. Atlet juga memiliki rasa percaya diri terlihat dari keyakinan untuk memenangkan pertandingan. Ini terkait dengan upaya mempertahankan kendali emosi, konsentrasi dan membuat keputusan yang tepat, mampu untuk membagi konsentrasi beberapa keadaan sekaligus. Dengan adanya kematangan dalam persiapan, mereka lebih memiliki harapan untuk sukses.

Selain itu atlet juga mampu mengatasi tekanan yang dihadapi, baik saat latihan maupun pertandingan, serta mampu mengendalikan diri saat gagal (Satiadarma, 2000). Untuk menciptakan motivasi berprestasi, perlunya mengetahui tentang bagaimana mengubah emosi negative menjadi sesuatu yang positif, bahwa kegagalan atau kesulitan yang datang merupakan kesempatan agar bisa berkembang, paradigma seperti ini dapat mengubah cara pandang para pemain bola basket dalam menilai kesulitan, kesedihan, dan kegagalan dari sudut pandang yang berbeda. Sesuai dengan yang dikatakan oleh Bananno & Mayne (2001) emosi positif mampu meningkatkan motivasi berprestasi, pemecahan masalah dan meningkatkan efisiensi pengambilan keputusan, sehingga diharapkan

mampu menekan segala tekanan emosi berdasarkan stimulus yang membentuknya.

Regulasi emosi tidak bisa terlepas dari kehidupan manusia. Kesadaran atau proses kognitif membantu individu mengatur emosi-emosi atau perasaan-perasaan, dan menjaga emosi tersebut agar tidak berlebihan, misalnya setelah atau sedang mengalami stres (Garnefski, Kraaj & Spinhoven, 2001). Oleh sebab itu dibutuhkan emosi yang stabil pada setiap tim basket supaya tetap tenang dan konsisten dalam mengikuti suatu pertandingan, hal ini sangatlah berpengaruh sehingga mengetahui pada setiap tim basket apakah ada yang mengalami tekanan seperti stress, dan panik sebelum bertanding.

Dampak yang ditimbulkan dari regulasi emosi yang buruk pada atlet sebelum menghadapi pertandingan adalah atlet tidak dapat menunjukkan penampilan sesuai yang diharapkan, karena kurang adanya motivasi yang tinggi untuk memenangkan pertandingan. Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka penulis mengajukan penelitian tentang bagaimana “Hubungan Antara Regulasi emosi Dengan Motivasi Berprestasi Pemain Basket di UMS”.

### **B. Tujuan Penelitian**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui:

1. Hubungan antara regulasi emosi dengan motivasi berprestasi atlet bola basket UBB UMS.
2. Motivasi berprestasi atlet bola basket UBB UMS.
3. Regulasi emosi pada atlet bola basket UBB UMS.
4. Peran regulasi emosi terhadap motivasi berprestasi atlet basket UBB UMS.

### **C. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun praktis.

#### **1. Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat menambah sumbangan keilmuan dalam bidang psikologi pada khususnya bidang psikologi olahraga.

#### **2. Manfaat Praktis**

- a. Bagi pemain, bisa mengetahui keterkaitan regulasi emosi dengan motivasi berprestasi sehingga dapat menjadikan emosinya secara positif dan baik agar motivasi berprestasinya juga meningkat.
- b. Bagi pelatih, diharapkan dapat menjadi informasi dan masukan dalam kebijakan yang mengarah pada peningkatan dan motivasi berprestasi atlet bola basket.